

НЕ БРОСАЙТЕ ЛУК

Бхагавад-гита для тех, кто устал
бороться с собой



Zara Brain

Zara Brain

**НЕ БРОСАЙТЕ ЛУК -
Бхагавад-гита для тех, кто
устал бороться с собой.**

«Автор»

2026

Brain Z.

НЕ БРОСАЙТЕ ЛУК - Бхагавад-гита для тех, кто устал бороться с собой. / Z. Brain — «Автор», 2026

Бхагавад-гита для тех, кто устал бороться с собой. Древняя мудрость о страхе, предназначении и внутренней свободе. Вы когда-нибудь чувствовали, что больше не можете? Нужно сделать шаг, принять решение, изменить жизнь — а вы сидите на дне собственной колесницы и не в силах поднять лук. Так стоял Арджуна между двумя армиями. Он бросил лук и сказал: «Я не буду сражаться». И тогда заговорил Кришна. Их разговор — это Бхагавад-гита. Но она не о войне. Она о вас. О том, что вы говорите себе каждый раз, когда страшно сделать шаг. Это не академический трактат и не пересказ ради пересказа. Это путешествие по Гите на языке современной жизни. Вы узнаете, как: перестать воевать с собой; отличить свой путь от навязанного; справляться с эмоциями, когда накрывает; действовать, не отдавая своё счастье в залог чужому одобрению. 15 коротких глав. 15 ключей к себе. Без сложных терминов — легко, но всерьёз. А где сейчас ваш лук — в руках или на дне колесницы?

© Brain Z., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Вместо предисловия. Тетива	5
Глава 1. Поле, которое внутри	7
Глава 2. Тот, кто держит поводья	10
Глава 3. Делайте — и отпустите	13
Конец ознакомительного фрагмента.	15

НЕ БРОСАЙТЕ ЛУК - Бхагавад-гита для тех, кто устал бороться с собой.

Вместо предисловия. Тетива

*Руки мои слабеют, во рту пересохло, тело дрожит, и волосы
встают дыбом. Лук выскальзывает из рук, кожа горит, я не могу
стоять.*

Бхагавад-гита, 1:29–30

Самое страшное случается не тогда, когда на вас идёт враг.

Самое страшное случается, когда вы уже стоите в полный рост, лук в руке, стрела на тетиве, все ждут только вас, и вы вдруг понимаете, что не можете выстрелить.

Не потому, что не умеете. Вы умеете. Вас этому учили всю жизнь.

А потому, что наконец увидели, *в кого* придётся стрелять.

Очень давно, так давно, что историки до сих пор спорят о датах, на огромном поле в северной Индии сошлись две армии. Над полем ревели боевые раковины, кони били копытами, знамёна хлопали на ветру. Через несколько минут должна была начаться самая страшная битва того времени.

И в этот момент лучший лучник одной из армий попросил своего колесничего вывезти его на середину. Между войсками. Просто посмотреть.

Его звали Арджуна.

Он посмотрел. И увидел на той стороне не врагов. Он увидел своего деда, который когда-то качал его на коленях. Учителя, который вложил ему в руки первый лук. Двоюродных братьев, с которыми вырос. Дядей. Друзей.

Арджуна опустил лук, сел на дно колесницы и сказал: «Я не буду сражаться».

И тогда заговорил его колесничий.

Этот разговор занимает семьсот стихов. По сюжету он длится считанные минуты, пока две армии стоят друг против друга, и время словно останавливается. Его записали, его заучивали наизусть, его переписывали от руки, переводили на все языки мира. Ганди называл его своей матерью. Толстой и Эмерсон перечитывали его всю жизнь. Создатель атомной бомбы Роберт Оппенгеймер вспомнил его строки, глядя на огненный шар над пустыней.

Он называется *Бхагавад-гита*. «Песнь Господа».

Вы, скорее всего, никогда не держали в руках боевой лук. Но я почти уверена, что вы знаете это состояние.

Утро перед разговором, который больше нельзя откладывать.

Заявление об уходе, написанное и сохранённое в черновиках три месяца назад.

Телефон в руке, номер набран, палец над зелёной кнопкой. И вы кладёте телефон экраном вниз.

Ночь, когда вы лежите рядом с человеком и понимаете, что вам нужно уйти, но не можете, потому что это *он*, потому что дети, потому что столько лет, потому что «а вдруг».

Мама в трубке, которой вы в сотый раз не смогли сказать «нет».

Мечта, которую вы двадцать лет откладываете «на потом», потому что сначала надо всё остальное.

Каждый раз, когда жизнь требует от вас шага, а вы садитесь на дно своей колесницы и говорите «я не могу», вы — Арджуна. И вы стоите ровно там, где стоял он. На поле.

Признаюсь честно: в первый раз я закрыла Гиту на двадцатой странице. Мне показалось, что это книга про войну, про богов с непроизносимыми именами и про то, что сражаться — это долг. Я не люблю, когда мне говорят про долг.

Я вернулась к ней через много лет, в очень тяжёлое для себя время. Открыла почти наугад. И вдруг прочитала то, что раньше пролистала:

«Ты скорбишь о том, о чём не стоит скорбеть, и при этом говоришь мудрые слова».

Я сидела на кухне, было около двух часов ночи, и мне показалось, что эти слова сказаны лично мне. Мягко. С лёгкой улыбкой. Так говорит человек, который знает тебя лучше, чем ты сама.

Тогда я поняла, что эта книга не о войне.

Она о том разговоре, который каждый из нас ведёт с собой. Арджуна — это та часть вас, которая говорит «я»: «я боюсь», «я не справлюсь», «я не хочу терять». Ваше эго. Не злодей, не враг, а просто очень уставший, очень испуганный воин.

А Кришна — тот, кто всё это время был рядом. Тихо держал поводья и не вмешивался, пока его не позвали. Назовите его как хотите: Богом, высшим Я, душой, внутренним светом, той глубиной в вас, которую не задеть ни одной обидой. Индийские мудрецы называли его *Атман*. Я буду называть его просто — тот, кто держит поводья.

Что вас ждёт

Эта книга — не перевод и не трактат. Здесь не будет санскритской грамматики и споров о том, как правильно толковать сто сорок третий стих.

Я взяла самые важные места этого разговора и перевела их на язык нашей с вами жизни. Кухни, офиса, пробки, бессонной ночи, переписки, которую страшно открыть.

Каждая глава — один ключ. Главы короткие, любую можно прочитать за вечер. Но некоторые ключи, я знаю, останутся с вами на годы.

Вы узнаете, почему всё, что вы делаете ради результата, рано или поздно отнимает у вас радость. И как делать то же самое, но так, чтобы результат перестал держать вас за горло.

Как отличить свою дорогу от чужой, даже если чужая выглядит гораздо красивее.

Почему бывают дни, когда невозможно встать с кровати, и почему уговаривать себя «просто успокоиться» бесполезно.

Что делать в ту самую секунду, когда вас накрывает гнев, обида или паника.

Почему мир ведёт себя с вами именно так, как ведёт.

И что, по словам Кришны, происходит с нами в последнюю минуту, и как готовиться к ней каждый вечер — спокойно, без единой мрачной мысли.

У меня к вам одна просьба.

Читайте медленно. Это не та книга, которую нужно «осилить». Если какая-то строчка зацепит, остановитесь. Закройте книгу. Посмотрите в окно.

И держите в голове один вопрос. Он понадобится вам на каждой странице:

«Где сейчас мой лук?»

В руках? Или на дне колесницы?

Начнём.

Глава 1. Поле, которое внутри

Слепой царь Дхритарашистра спросил: «Скажи мне, Санджая, что делали мои сыновья и сыновья Панду, собравшись для битвы на поле дхармы, на поле Куру?»

Бхагавад-гита, 1:1

Обратите внимание, с чего начинается Гита.

Не с Бога. Не с героя. Не с битвы.

Она начинается со слепого старика, который сидит во дворце, далеко от поля, и спрашивает: «*Что там происходит?*»

Сам он видеть не может. Поэтому у него есть помощник, Санджая, наделённый особым даром: он видит всё, что творится на поле, будто стоит рядом. И весь разговор Кришны и Арджуны мы слышим в его пересказе — так, как его слышит слепой царь.

Когда я это заметила, у меня по спине пробежал холодок.

Потому что слепой царь — это мы. Мы сидим в своём дворце, далеко от собственной жизни, и спрашиваем: *что со мной происходит?* Почему я опять сорвалась? Почему опять выбрала не того? Почему я так устала, если ничего особенного не делала? Мы не видим — и поэтому спрашиваем.

И вся Гита — это ответ слепому, который однажды осмелился задать вопрос.

Сто сыновей слепоты

Теперь давайте посмотрим на сами армии.

С одной стороны стоят **Кауравы**. Их сто. Сто братьев, и все они — сыновья того самого слепого царя.

Вслушайтесь: *сыновья слепоты*.

Я не знаю более точного описания того, что живёт в каждом из нас. Сто привычек, сто реакций, сто автоматических «я всегда так делаю». Страх показаться глупой. Привычка соглашаться, когда хочется отказать. Тревога, которая включается, когда кто-то долго не отвечает на сообщение. Пирожное в одиннадцать вечера, потому что «был тяжёлый день». Голос в голове, который говорит с маминой интонацией: «Ну кто так делает?» Желание всем понравиться. Обида, которую вы носите пятнадцать лет и уже не помните, с чего она началась.

Их породило не зло. Их породила *слепота*. Когда-то, давным-давно, каждая из этих привычек появилась, чтобы вас защитить. Вы научились молчать, потому что за слова наказывали. Научились угождать, потому что любовь давали только хорошим девочкам. Научились тревожиться заранее, потому что так было безопаснее.

Вы выросли. А сыновья слепоты остались. И их уже сто.

Пятеро

С другой стороны поля стоят **Пандавы**. Их всего пятеро.

Пять братьев против ста. Если считать по головам, исход битвы очевиден.

Индийские толкователи веками спорили, что значат эти пятеро. Одни видели в них пять чувств, собранных воедино и обращённых к свету. Другие — пять добродетелей: правдивость, силу, ясность, красоту и мудрость. Я не буду выбирать за вас. Мне нравится думать о них

проще: это то небольшое в вас, что *видит*. Ваша честность с собой. Ваша способность останавливаться. Ваша любовь. Ваша интуиция. Ваше тихое знание, как правильно, даже когда все вокруг твердят обратное.

Их мало. Но на их стороне Кришна.

А вот у ста сыновей слепоты есть огромная армия, но нет того, кто держит поводья.

Почему так больно

Вот здесь, по-моему, главный секрет первой главы Гиты. И главная ловушка, в которую попадают все, кто начинает «работать над собой».

Арджуна не испугался врагов. Он воин, он видел смерть. Он сломался, когда понял, что враги — *родные*.

С нашими привычками происходит то же самое.

Пока вы думаете, что ваша тревожность — это враг, бороться с ней легко. Вы читаете книжки, делаете упражнения, ругаете себя. Но однажды вы присматриваетесь и видите: эта тревожность — та маленькая девочка, которая ждала маму у окна до позднего вечера. Эта привычка угождать — то, что спасло вас в семье, где кричали. Эта броня — то, без чего вы бы не выжили в двадцать лет.

И руки опускаются.

Как стрелять в того, кто качал тебя на коленях?

Арджуна говорит Кришне удивительно честные слова. Не красивые, не героические — честные: *«Зачем мне царство, зачем мне радость, зачем мне сама жизнь, если ради этого придётся убить тех, ради кого я всего этого хотел?»*

Многие из нас застревают именно здесь. Мы видим, что нам нужно измениться, и понимаем: измениться — значит что-то потерять. Мы теряем себя прежнюю. Старые отношения. Роль, в которой нас любили.

И мы садимся на дно колесницы.

Первый шаг, который никто не делает

Но я хочу, чтобы вы заметили одну вещь. До того, как Арджуна сломался, он кое-что сделал.

Он попросил: *«Поставь мою колесницу между двумя армиями. Я хочу посмотреть, с кем мне придётся сражаться»*.

Он захотел посмотреть.

Это кажется мелочью. Но подумайте, как редко мы это делаем. Большинство людей проживают всю жизнь, ни разу не выехав на середину своего поля. Мы не смотрим на свои привычки. Мы просто живём внутри них, как рыба живёт в воде и не знает, что она мокрая. Мы говорим «у меня такой характер», «я такая», «так получилось», и это значит: я не хочу смотреть.

Арджуна посмотрел. И да, ему стало невыносимо больно. Но именно эта боль позвала Кришну. Если бы Арджуна не выехал на середину, разговора бы не случилось. Не было бы Гиты.

Боль от того, что вы наконец увидели, — не поражение. Это начало разговора.

Поле дхармы

И последнее. В первом стихе поле названо двумя именами. *Курукиштра* — «поле рода Куру», это просто географическое название. И *Дхармакиштра* — «поле дхармы».

Дхарму почти невозможно перевести одним словом. Это и долг, и закон, и правда, и то, что удерживает мир от распада. Мне больше всего нравится такой перевод: *то, ради чего вы здесь*.

Ваша кухня — поле дхармы. Ваш офис, ваша спальня, ваша переписка с бывшим, ваш разговор с ребёнком, который не хочет делать уроки, — поле дхармы. Нет никакого «настоящего» духовного места где-то в горах, куда можно сбежать, чтобы наконец заняться собой. Всё происходит здесь. На этом поле. Сегодня.

Арджуна, кстати, тоже хотел сбежать. Скоро вы узнаете, что ему на это ответили.

Ключ первой главы

Сегодня вечером выедьте на середину. Возьмите лист и честно напишите хотя бы пять своих «сыновей слепоты» — привычек и реакций, от которых вам плохо, но без которых вы себя пока не представляете.

Не ругайте их. Не обещайте себе завтра же от них избавиться. Просто посмотрите им в лицо и рядом с каждой привычкой напишите, от чего она когда-то вас защищала.

Если станет больно — это хороший знак.

Это значит, вы стоите там, где стоял Арджуна. И сейчас с вами заговорят.

Глава 2. Тот, кто держит поводья

*И тогда, о потомок Бхараты, Кришна, словно улыбаясь, сказал
нашему духу Арджуне, между двумя армиями, такие слова...
Бхагавад-гита, 2:10*

За несколько недель до битвы к Кришне пришли двое.

Первым был Дурьодхана, старший из ста сыновей слепого царя. Вторым — Арджуна. Оба хотели одного: заручиться его помощью в будущей войне.

Кришна в это время спал. Дурьодхана, человек гордый, встал у изголовья. Арджуна сел у ног. Кришна открыл глаза и первым увидел того, кто сидел у ног.

И он предложил им выбор. *«С одной стороны — вся моя армия. Огромная, непобедимая, миллион воинов. С другой — я сам. Один. Без оружия. Я не буду сражаться. Выбирайте».*

Арджуна, не раздумывая, выбрал Кришну.

Дурьодхана ушёл с армией и, как пишут, был очень доволен. Он искренне считал, что Арджуна сошёл с ума: отказаться от миллиона воинов ради одного безоружного человека?

Я часто вспоминаю эту историю, потому что она о выборе, который мы делаем каждый день.

С одной стороны — армия. Деньги, связи, дипломы, правильные знакомства, ещё один курс, ещё одна методика, ещё один способ всё контролировать. Всё это нужно и полезно. Я не призываю от них отказываться.

С другой — тот, кто внутри. Тихий. Безоружный. Он не будет воевать вместо вас. Он не решит ваших проблем по щелчку. Но он знает дорогу.

Дурьодхана выбрал армию и проиграл. Арджуна выбрал Кришну и победил. Не потому, что Кришна сражался вместо него. А потому, что рядом был тот, кто держит поводья.

Колесница

Кришна в этой битве — колесничий. Возница. Он сидит впереди, держит поводья, а Арджуна стоит сзади с луком.

Это очень древний образ. За много веков до Гиты другой индийский текст, Катха-упанишада, описал человека именно так: *тело — колесница. Чувства — кони. Ум — поводья. Разум — возница. А хозяин колесницы — душа.*

Представьте пятерых горячих коней, которые рвутся каждый в свою сторону. Один увидел пирожное. Второй услышал уведомление в телефоне. Третий почувал обиду. Четвёртый испугался тени. Пятый хочет просто лечь и не двигаться. Если поводья брошены, колесницу несёт в канаву. Если поводья в руках, но возница пьян от эмоций, колесницу несёт туда же, только быстрее.

Большинство из нас живёт именно так: кони несут, поводья болтаются, а мы стоим сзади и кричим: «Почему со мной всегда это происходит?»

Кришна держит поводья. Это и есть его роль. Не стрелять за вас. Не жить за вас. Держать поводья, пока вы сражаетесь.

Арджуна — не враг

Здесь я хочу сказать то, что для меня очень важно.

Во многих духовных книгах эго превращают в чудовище. Его нужно победить, растворить, убить, уничтожить. Эго — источник всех бед, эго — враг на пути к свету.

Гита так не считает.

Кришна не говорит Арджуне: «Тебя не существует, исчезни». Он не презирает Арджуну за страх. Он его *любит*. Он называет его другом. Он отвечает на каждый вопрос, даже на самые наивные, даже когда Арджуна в десятый раз переспрашивает одно и то же.

Арджуна, то есть ваше эго, ваше «я», нужен. Без него некому держать лук. Некому действовать в этом мире, растить детей, писать отчёты, любить, ошибаться, вставать по утрам. Кришна без Арджуны — это колесничий без воина. Он может ехать, но битву выигрывает не он.

Проблема не в том, что у вас есть эго. Проблема в том, что ваше эго забыло, кто сидит впереди. Оно думает, что одно на этом поле. Что всё зависит только от него. Что если оно ошибётся, мир рухнет. Отсюда и дрожащие руки, и пересохший рот, и лук, выскальзывающий из пальцев.

Эго, которое помнит о колесничем, — прекрасный воин. Эго, которое забыло о нём, — испуганный ребёнок с оружием.

Он улыбался

А теперь перечитайте эпиграф к этой главе.

Кришна, словно улыбаясь, сказал навшему духом Арджуне...

Арджуна в отчаянии. Он плачет, он бросил оружие, он готов отказаться от всего, ради чего жил. А Кришна улыбается.

Это не насмешка. Так улыбается взрослый, когда к нему прибегает ребёнок с разбитой коленкой и кричит, что это конец света. Взрослый знает: не конец. Коленка заживёт. И его спокойствие для ребёнка лучше любых слов.

Обратите внимание, как разговаривает с вами ваш внутренний голос, когда вам плохо. Если он кричит, стыдит, говорит «ты опять всё испортила», «ну и дура», «надо было раньше думать» — это не Кришна. Это один из ста сыновей слепоты, переодетый в мудреца.

Голос того, кто держит поводья, узнать легко: в нём слышна улыбка. Он спокоен. Он не торопит. Он может быть строгим, он скажет вам правду, которую вы не хотите слышать. Но в нём никогда нет презрения.

Первые слова

Знаете, что первым делом говорит Кришна? Не слова утешения. Не «всё будет хорошо».

Он говорит: *«Откуда в тебе это малодушие в такой час? Оно недостойно тебя. Отбрось эту мелкую слабость сердца. Встань».*

А потом, почти сразу, мягче: *«Ты скорбишь о том, о чём не стоит скорбеть. Мудрые не горюют ни о живых, ни об ушедших. Никогда не было времени, когда не было меня, тебя или этих царей. И никогда не будет времени, когда нас не станет».*

Эти два шага — сначала «встань», потом «ты больше, чем думаешь» — по-моему, лучшая поддержка, какая только бывает.

Не жалеть. Но и не бить. Напомнить человеку, кто он такой.

Кришна говорит Арджуне: то, что ты считаешь собой, — только одежда. *«Как человек сбрасывает старые одежды и надевает новые, так и душа оставляет изношенное тело и входит в новое. Её не рассекает оружие, не сожжёт огонь, не намочит вода, не иссушит ветер».*

Арджуна боится потерять. А Кришна говорит ему: то, что ты есть на самом деле, потерять невозможно.

Ключ второй главы

В ближайшие дни, когда вам станет тяжело, прислушайтесь к тому, кто внутри вас комментирует происходящее.

Спросите себя: *этот голос улыбается или кричит?*

Если кричит — вы слышите не того. Сделайте вдох и представьте, что впереди, в вашей колеснице, сидит кто-то очень спокойный, держит поводья и, обернувшись через плечо, говорит вам с лёгкой улыбкой: «Ну что ты. Встань. Я здесь».

Он всегда был здесь. Вы просто выбирали армию.

Глава 3. Делайте — и отпустите

Ты вправе только действовать, но никогда — владеть плодами действий. Пусть плоды не будут твоим мотивом. Но и к бездействию не привязывайся.

Бхагавад-гита, 2:47

Если бы от всей Гиты мне разрешили оставить одну строку, я оставила бы эту.

В Индии её знают даже те, кто никогда не открывал книгу. Её повторяют бабушки внукам перед экзаменом, её шёпотом вспоминают в больничных коридорах. И при этом её почти всегда понимают неправильно.

Давайте прочитаем медленно.

Ты вправе только действовать.

Но никогда — владеть плодами.

Стрела, которая уже не ваша

Арджуна — лучник. Поэтому я объясню это на языке лучника.

Пока стрела на тетиве, она ваша. Вы выбираете её. Вы натягиваете лук. Вы целитесь, задерживаете дыхание, чувствуете ветер. Здесь всё зависит от вас, и здесь нужно выложиться полностью: целиться небрежно — значит предать собственный дар.

Но в ту секунду, когда пальцы отпускают тетиву, стрела перестаёт вам принадлежать.

Дальше её несёт ветер, о котором вы не знали. Цель может дрогнуть. Между вами и целью может пролететь птица. Вы можете попасть в самый центр, а можете промахнуться, хотя всё сделали идеально. Вы можете промахнуться — и случайно попасть во что-то, что окажется важнее цели.

Плод — это то, что происходит со стрелой, когда она уже сорвалась с тетивы. И на это у вас нет права. Не потому, что вам запрещено. А потому, что это просто *не в вашей власти*. Это так же бессмысленно, как требовать от ветра дуть в нужную сторону.

А теперь вспомните, сколько раз вы стояли с пустыми руками, глядя вслед давно улетевшей стреле, и пытались *силой мысли* направить её в цель.

Как мы держимся за плоды

Мы делаем это постоянно, так часто, что уже не замечаем.

Вы отправили резюме и неделю проверяете почту по сорок раз в день.

Вы испекли пирог для взрослого сына, а он позвонил и сказал, что не приедет. И пирог стоит на столе, и вам обидно так, будто вас ударили.

Вы сделали доброе дело и ждёте благодарности. Не дождались — и доброе дело превратилось в рану.

Вы годами были хорошей женой, хорошей дочерью, хорошей сотрудницей. И где-то в глубине души ждали, что однажды за это заплатят: любовью, признанием, повышением, просто словами «спасибо, без тебя бы ничего не было». А их всё нет. И вместо радости от того, что вы сделали, внутри копится тихая, тяжёлая обида.

Вот что такое привязанность к плодам. Вы сделали дело — а счастье *отложили* до результата. Отдали его в залог. И теперь ваш покой принадлежит не вам, а почтовому ящику, сыну, мужу, начальнику. Тому, кто решает, будет ли плод.

Кришна, по сути, говорит: *не отдавайте никому ключ от своего сердца.*

Это не равнодушие

Здесь большинство людей делает неверный вывод.

«Не привязывайся к результату» они слышат как «тебе должно быть всё равно». Не надейся, не мечтай, не жди, делай вид, что тебе безразлично.

Нет. Посмотрите на вторую половину стиха: *«Но и к бездействию не привязывайся».*

Кришна вовсе не призывает бросить дело. Наоборот, вся Гита — это долгий разговор с человеком, который хочет всё бросить, и Кришна уговаривает его *не бросать*. Кришна не говорит Арджуне: «Раз результат не твой, можешь не сражаться». Он говорит: «Сражайся. В полную силу. Но не ради трофея».

Отпустить плод — не значит делать вполсилы. Всё ровно наоборот. Когда вы не тратите энергию на страх провала и на мечты о награде, *вся* ваша сила идёт в само действие. Руки перестают дрожать. Стрела летит точнее.

Вы замечали, что лучше всего у нас получается то, что мы делаем «просто так»? Танец, когда никто не смотрит. Ужин для себя, а не для гостей. Письмо, которое не собираешься отправлять. Потому что в них нет тайного груза — ожидания плода.

Чуть дальше Кришна даёт определение, которое я очень люблю: *«Йога — это искусство в действии».* Не поза лотоса. Не уход от мира. Мастерство. Делать так хорошо, как только можешь, — и при этом оставаться свободной.

И ещё одно: *«Равновесие называется йогой».* Равновесие в успехе и неудаче. Не радость, сменяющаяся отчаянием, а ровное, тёплое пламя, которое горит одинаково, получилось или нет.

Где на самом деле живёт счастье

Мне долго казалось, что это красивая, но невыполнимая философия. Как вообще можно не ждать результата? Мы же для этого всё и делаем!

А потом я заметила простую вещь.

Если ваше счастье зависит от результата, у вас есть только два варианта. Либо результата нет, и вам плохо. Либо результат есть — и вам хорошо примерно три дня, а потом вы начинаете бояться его потерять или хотеть следующего. Вершина горы всегда оказывается подножием следующей горы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.